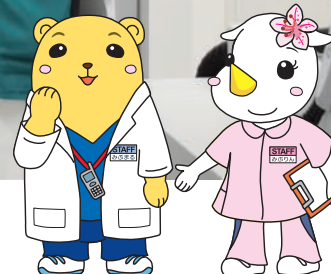


# やすらぎ

—特集—

## 患者さんに寄り添った 治療を目指して ～放射線治療科の紹介～

- ◆ 放射線治療における放射線技師の役割
- ◆ 放射線治療における看護師の役割
- ◆ 睡眠時無呼吸症候群と心疾患
- ◆ 睡眠時無呼吸症候群の検査



みぶまる

みぶりん



地方独立行政法人 京都市立病院機構  
**京都市立病院**

この「やすらぎ」は、  
ホームページでも  
見ることができるよ！



# 患者さんに寄り添った がん治療を目指して

## ～放射線治療科の紹介～

さて、今秋からドラマの放映も始まり、医療における「放射線」に関して、一層関心が高まっているのではないのでしょうか。医療において放射線は診断のほかに**治療の場でも活躍**します。**放射線治療**はがんの治療法のひとつであり、がんの病巣に放射線を照射することでがん細胞を死滅させる治療法です。今回は、当院の放射線治療に関する取組について、放射線治療科の大津修二部長に聞きました。

**Q** 当院の放射線治療の特徴は何ですか。

**A** リニアック（放射線治療装置）等で体の外から放射線を照射する「外照射」、あらかじめ体内に留置したガイドに線源を送り込んだり、線源を直接刺入したりする「小線源治療」、放射線物質を薬剤として内服や注射することで照射する「内用療法」を行っています。

特に、京都市内で「小線源治療」を実施している施設は限られており、当院では、照射時にガイド内に線源を挿入する方法で実施しています。この方法により、病変に確実にアプローチしながら周囲組織の被ばくを限定し、副作用を低減させることが可能となります。

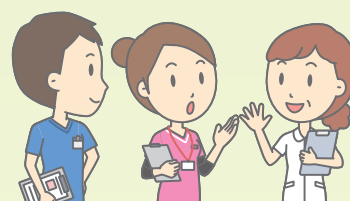


**Q** 当院では、主にどんな患者さんの治療を行っていますか。

**A** 現在、日本で放射線治療の対象となっている3大疾患は肺がん、乳がん、前立腺がんですが、その中でも**乳がんの割合が高く半数近くを占めているのが当院の特徴**です。一般的に放射線治療の待合室に座っているのは高齢男性が多いですが、当院では男女比が逆転し**女性の方が多くなっています**。

**Q** 医師、看護師、放射線技師が協力して患者さんに関わることの強みは何ですか。

**A** いろんな視点でものごとを見られることです。例えば、当科では、初診時などで医師からの説明に疑問があった場合は、看護師がフォローする体制を取っています。様々な職種の職員が患者さんに関わることで、患者さんの違った一面が見えてきますし、それによって個々の患者さんに合わせた治療を行うことができると思います。そのためにも、毎朝のブリーフィングや週末のカンファレンスを通じて情報共有に努めています。





リニアック（放射線治療装置）

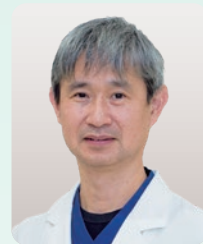
## 放射線治療科 大津部長はこんな人

**Q:**放射線治療科の医師を志したきっかけを教えてください。

**A:**いろいろ理屈はつけられますが、飲み会に誘われてそのままずるずると、というのが実情です。勝ちに不思議の勝ちあり、ってやつですかねえ。

**Q:**趣味について

**A:**変遷はありますが、ここ数年は、画廊巡り、競馬、旅行、ポケモンGO、が4本柱かな。



大津 修二  
放射線治療科部長

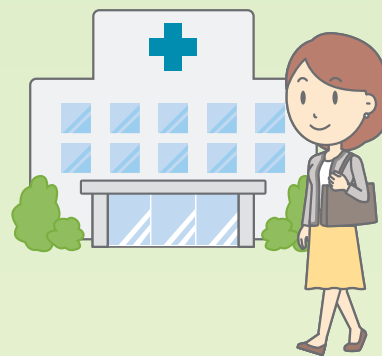
**Q** がん患者さんへのサポートの一環として、  
17時以降の治療も積極的に実施していますね。

**A** 日本のがん診療は平成19年のがん対策基本法施行によって流れが変わり、年々「がん患者の就労を含めた社会的な問題」について大きく取り上げられるようになりました。当院では、周囲に先駆けて平成27年にがん患者さんへの時間外照射実施を開始しました。

先述のように当院では乳がんの患者さんが多いのですが、術後照射の患者さんの中には比較的若く元気で働きながら治療を受ける人も多くいらっしゃいます。

最近では、がんへの理解が徐々に深まってきましたが、当時は職場でカミングアウトせずに治療を受けている方にとって、原則一定期間毎日少しずつ照射する放射線治療を職場に黙って続けるのは大変で、患者さんから「終業後に治療が受けられる場がないか」との声が寄せられ、時間外照射を導入しました。

患者さんは各々通院しやすい放射線治療実施施設を選んで受診されますが、「仕事後でも治療してもらえるから市立病院にしました」という声を聞くと続けてきて良かったと思います。現在は、最終の照射枠を18:00～18:30とし、職場で働きながら治療を続ける患者さんの一助となれればと思っています。



**Q** 患者さんや読者の皆さんにメッセージをお願いします。

**A** がんは日本で一番ありふれた死因になりましたが、一方で治る割合も高くなってきています。命が助かればそれでいい時代は終わりつつあり、治療中や治療後の患者さん、ご家族の生活の質をどう高めていくかが課題となります。局所治療でありながら形態や機能が温存できるのが放射線治療の強みですが、それでもある程度は生じる副作用や後遺症をどれだけ減らせるかが問題です。治療効果が落ちては何にもなりません、治療の高精度化や支持療法の強化などスタッフと協力して、より人にやさしいがん治療を目指していきます。



紹介します!

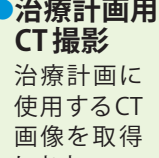
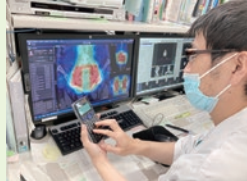
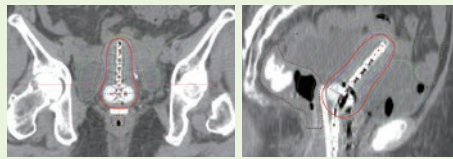
# 放射線治療における 放射線技師の役割



放射線治療部門では、技術エキスパート\*の放射線技師が日々の照射業務、治療専用固定具の作成および治療計画用CT撮影、治療計画の補助および検証、装置の精度管理、法令管理など幅広く担当しています。

\* 放射線治療専門放射線技師・医学物理士・品質管理士・放射線取扱主任者

## 放射線治療担当技師の1日

| 時間                                                                                      | リニアック(放射線治療装置)                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 治療計画CT/小線源治療                                                                                                                                                                                                                                                                       | 品質管理                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8:00<br>~<br>8:30                                                                       | <b>●装置の始業点検</b><br>装置が正確に動作することを確認します                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                 |
| 8:30<br>~<br>9:00                                                                       | <b>●放射線治療スタッフ間の朝の連絡会議</b><br>当日の治療スケジュールや伝達事項などの情報を共有します<br><br><b>●治療計画会議(医師・放射線技師・看護師)</b><br>患者さん個々の治療における注意点などの情報を共有します   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                 |
| 9:00<br>~<br>12:00                                                                      | <b>●放射線の照射業務</b><br>2人の技師で治療部位に正確に位置合わせを行います<br><br> <p>治療室内での位置合わせの様子</p>                                                                                                                                      | <b>●治療計画用CT撮影</b><br>治療計画に使用するCT画像を取得します<br><br> <p>CT撮影の様子</p><br><b>●固定具作成</b><br>治療部位に応じて固定具を作成します         | <b>●品質管理</b><br>医師が立案した治療計画の妥当性を物理学的観点から評価します<br><br> <p>医学物理士による治療計画の評価</p>               |
| 昼休憩  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                 |
| 13:00<br>~<br>17:00                                                                     | <b>●照射及び精度管理業務</b><br>患者さんの照射およびガイドラインに準拠した装置の精度管理を行っています<br>高精度な放射線治療に対しては患者さんに治療する前に測定器に照射して解析を行い安全性の確認を行います<br><br> <p>治療計画検証の様子</p>                                                                         | <b>●小線源治療業務</b><br>婦人科がんなどの小線源治療において、医師による器具挿入および治療計画のサポート、照射を行います<br><br> <p>小線源治療装置</p>  <p>子宮頸がん治療計画</p> |                                                                                                                                                                                 |
| 17:00<br>~<br>18:30                                                                     | <b>●放射線の照射業務</b><br>がん患者さんの仕事と治療の両立支援の一環として、症例を限定して18時半まで照射を行っています                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>●法令管理</b><br>漏洩線量の測定や従事者の個人被ばく線量の管理などを行います <div>             患者さんに寄り添った治療ができるよう日々努力して参ります。<br/>             何か困った事や気になる事があれば専門のスタッフが対応しますので、どうぞお気軽にご相談ください!           </div> |
| 18:30<br>~                                                                              | <b>●片付け・始業点検の準備</b><br>治療室の片付け・清掃・始業点検の準備等を行います                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                 |

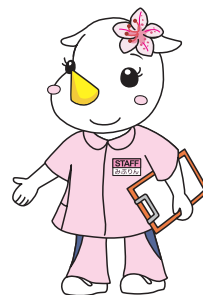
# 放射線治療における 看護師の役割

サポートします！

## 治療の選択から治療終了後まで支援

看護師は、放射線治療の診察時に同席し、治療の選択をサポートします。また、治療開始後、治療そのものや副作用に伴う生活の変化や生活上の工夫について情報提供します。

毎日の治療のときには、症状や体調、困ったことや気がかりを伺い、安心して治療が継続できるように支援します。



## 治療時期ごとの看護師による支援

### 治療の決定

- 治療に対する思いや不安・疑問をお聞きし、一緒に考えます
- 治療の副作用の対処方法をわかりやすく説明します

### 治療開始前

- 苦痛症状が和らぐ方法を提案します
- ライフスタイルに合わせた治療時間を調整します
- 治療体位が保ちやすくなる工夫をします

### 治療中

- 副作用の確認を一緒に行います
- ご自分でケアできる方法を提案します
- 困りごと、気がかりに思うことをお聞きし、一緒に解決していきます

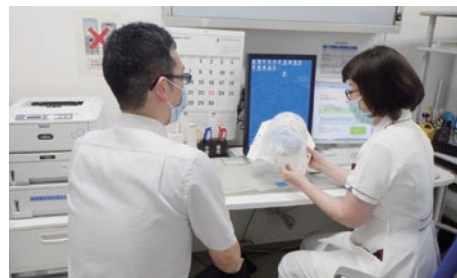
### 治療終了後

- 治療終了後も残る副作用のケア方法をわかりやすく説明します
- かかりつけ医や地域のサポートが受けられるようにつなぎます

## 治療を継続しながら働き続けることを支援

お仕事をしながら治療が続けられるよう、主に乳腺の治療を受ける患者さんを対象者に照射時間枠を延長して治療を行っています。

放射線治療をするうえで欠かせない治療用の皮膚の印についても、診療放射線技師と連携し、仕事のウェアや衣服の襟もとや袖などから印が見えないように、可能な範囲で工夫をしています。



放射線治療室の看護師

放射線治療を受ける患者さんを毎日しっかりサポートします！

仕事終わりに治療が可能だから、仕事を辞めたり、休んだりしないでいいので、助かった！



放射線治療終了後も残る症状の悪化予防や日常生活の工夫などを支援できるような外来サポート体制を整えています。

**安心してご相談ください！！**



気をつけましょう



## ～睡眠時無呼吸症候群と心疾患～

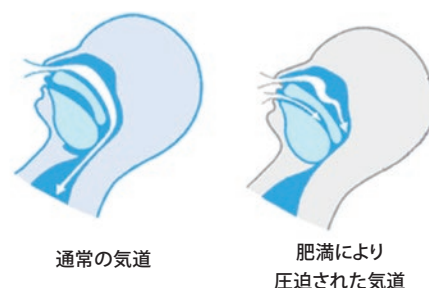
熱く寝苦しい季節が過ぎ去り、空調なしで睡眠しやすい季節となりました。ここで一度睡眠の質を見直し、より健康で良質な睡眠につなげていきませんか？今回は睡眠時の疾患の一つである睡眠時無呼吸症候群と心疾患の関係について、循環器内科の岡田隆部長に聞きました。



岡田 隆  
循環器内科部長

### Q1 睡眠時無呼吸症候群の症状やなりやすい人の特徴は何ですか？

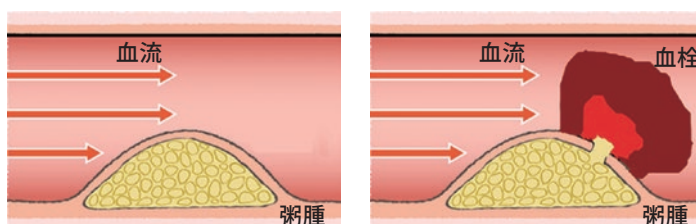
**A1** 睡眠中に無呼吸を繰り返すことで、様々な合併症を起こす病気です。主な原因は肥満によって喉周りの脂肪で気道が圧迫されることで起こります。成人男性の3～7%，成人女性の2～5％に認められており、自覚症状としては、眠りの質が悪くなることによる日中の眠気や注意散漫，ストレスによる血圧の上昇等が考えられます。



### Q2 睡眠時無呼吸症候群と心疾患の関係について教えてください。

**A2** 睡眠中の無呼吸で良質な睡眠が妨げられ、酸素不足に陥ります。睡眠中の酸素不足は全身の臓器への負担や強いストレスを発生させ、冠動脈の粥腫<sup>じゆくしゅ</sup>を破裂させることがあります。これによって心筋梗塞を起こしやすくなります。動脈硬化等の基礎疾患のある方は、通常よりも3～4倍起きやすくなります。

\*粥腫…血管の内膜でコレステロール等の不要物が固まったもの。



### Q3 睡眠時無呼吸症候群を改善することで心疾患は予防できますか？

**A3** 睡眠時無呼吸症候群の治療には、マウスピースを用いて下あごを前方に移動させることで空気を通りやすくする方法と睡眠中にマスクから空気を送り込み狭くなった気道を広げる経鼻的持続陽圧呼吸療法 (CPAP) があります。

治療によって病状が改善することで、心筋梗塞が起きにくくなります。しかし、心筋梗塞の原因は色々な要因があります。禁煙も重要です！



マウスピース



CPAP

## Q4 最後に、睡眠時無呼吸症候群の予防について教えてください。

**A4** 予防において大切なことは、肥満の解消です。毎日の体重測定や血圧測定、また、毎週数回の軽い運動を心がける等で良質な睡眠につなげましょう。



## ～睡眠時無呼吸症候群と検査～

これらの症状、  
睡眠時無呼吸症候群かも…

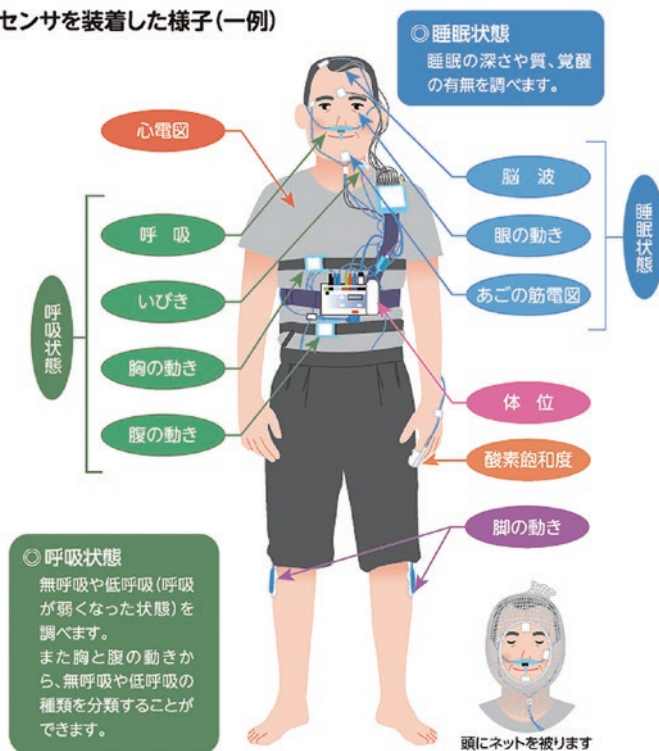
- 大きないびきをかく
- 昼間の眠気・疲労感
- 起床時の頭痛

など

お心当たりのある方は主治医にご相談ください



センサを装着した様子(一例)



### 終夜睡眠ポリグラフ検査 (PSG検査)

この検査ではセンサーを装着し、睡眠の深さや睡眠時の呼吸状態を調べることで、睡眠中のいびきや昼間の眠気、起床時の頭痛などの原因が睡眠時無呼吸症候群であるかどうかわかります。

多くのセンサーを取り付けるため、装着には約1時間程かかります。

センサーを取り付けた後は、普段通り寝ていただくだけで検査できます。

午後から入院していただき夕方に取り付けし、翌朝には退院できます。

検査に伴う痛みは全くありません。

### 簡易検査もあります!

簡易検査は、鼻と指にセンサーを装着して行います。精密検査と比べ、センサーの数も少なく簡単に装着できるので、入院の必要もなくご自宅で気軽に検査できます。

その結果により治療や精密検査の必要性などを判断します。



～WEB配信によるイベント・取組のご案内～

「第2回市民公開講座」  
YouTube配信のお知らせ

当院では、地域がん診療連携拠点病院として、市民の皆さんに「がん」について広く知っていただくことを目的に、市民公開講座をYouTube【京都市立病院】公式チャンネルで配信いたします。ぜひご覧ください。

令和3年12月配信予定 ※詳しくは当院ホームページをご確認ください。

～その他イベント・取組のご案内～

現在、新型コロナウイルス感染症感染防止のため、院内主催の一部イベント等を中止・縮小しています。再開等の情報は決まり次第、ホームページにて公開します。また、当院職員が、健康づくりに役立つ講演を、地域のコミュニティなどへ出向いて行う「出前講座」については、WEB形式で実施しています。お申し込みやご相談は、ホームページや地域連携室まで、お願いします。なお、糖尿病教室は、教材をホームページで公開しています。

**新型コロナウイルス感染症予防!**  
1人1人ができることを着実に実行!

日常生活で密を避ける

**1 身体的距離の確保**

できるだけ2m(最低1m)空ける

**2 マスクの着用**

しっかりフィット

**3 手洗い(手指消毒)**

20～30秒  
手洗い、念入りに

**4 うがい**

水でOK

**5 換気(窓を開けましょう)**

怠らずに!

**6 十分な睡眠**

**7 バランスよい食事**

「会食」での感染が多くなっている  
ので「会」と「食」を分けましょう!

**8 適度な運動**

敷地内全面禁煙



路上喫煙はやめましょう!

喫煙はマナーを守って決められた場所です。

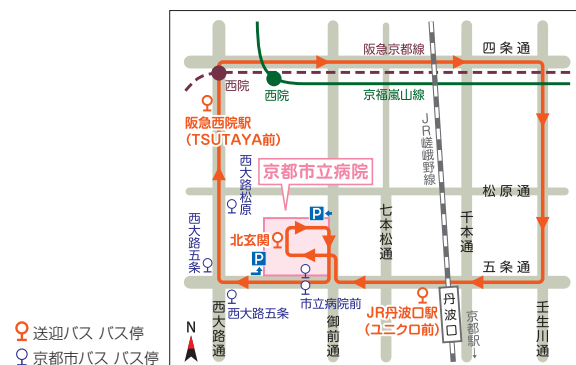


京都市立病院

〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町1番地の2  
TEL 075-311-5311(代) FAX 075-321-6025(代)  
<https://www.kch-org.jp/>

送迎バス時刻表(無料・予約不要) ※平日のみ(土日祝・年末年始は運休)

| 時間  | 京都市立病院<br>～出発～ | 阪急西院駅<br>(TSUTAYA前) | JR丹波口駅<br>(ユニクロ前) | 京都市立病院<br>～到着～ |
|-----|----------------|---------------------|-------------------|----------------|
| 8時  | 30             | 35                  | 45                | 50             |
| 9時  | 00 30          | 05 35               | 15 45             | 20 50          |
| 10時 | 00 30          | 05 35               | 15 45             | 20 50          |
| 11時 | 00 30          | 05 35               | 15 45             | 20 50          |
| 12時 | 00 30          | 05 35               | 15 45             | 20 50          |
| 13時 | 00 30          | 05 35               | 15 45             | 20 50          |
| 14時 | 00 30          | 05 35               | 15 45             | 20 50          |
| 15時 | 00 30          | 05 35               | 15 45             | 20 50          |
| 16時 | 00 30          | 05 35               | 15 45             | 20 50          |



ご意見募集中!

「やすらぎ」秋号を最後までお読みいただきありがとうございました。当院では、「やすらぎ」に関するご意見を当院ホームページにて募集しています。右のQRコードを読み取りのうえ、ご意見・ご感想等を記入し送信してください。いただいたご意見は、今後の紙面の充実の参考とさせていただきます。



やすらぎ 2021・秋号 令和3年10月15日発行

発行：京都市立病院機構 京都市立病院

〒604-8845

京都市中京区壬生東高田町1番地の2

TEL 075-311-5311

FAX 075-321-6025

